



EDUCACIÓN NUTRICIONAL PARA EL UNIVERSITARIO

4ª Edición. Marzo 2020.

DESTINATARIOS

El nivel de este curso es básico estando destinado y recomendado para TODOS los alumnos de la Universidad Granada, con la concesión de **2 créditos ECTS** por la Comisión de Gobierno de Universidad de Granada para todos ellos; a excepción de los alumnos del Grado en Nutrición Humana y Dietética.

PLANIFICACIÓN

Clases presenciales:

- Las clases se llevarán a cabo los miércoles 4, 11 y 18 de marzo
- Horario de 16.00h a 20.00h.
- Lugar de celebración: Aula Magna de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada. Campus de Cartuja

PROGRAMA

1) Miércoles 11 marzo

16-17,45h Mesa redonda en Aula Magna

Moderadora: D^a. Teresa Nestares Pleguezuelo (Profesora Titular del Departamento de Fisiología de la Facultad de Farmacia).

Ponente 1. ¿Cómo me puede ayudar la nutrición a envejecer mejor? D. José Luis Quiles Morales (Catedrático de Universidad del Departamento de Fisiología de la Facultad de Farmacia)

Ponente 2. ¿Cómo podemos reducir la exposición a tóxicos medioambientales? D^a. Virginia Aparicio García-Molina (Profesora Titular del Departamento de Fisiología de la Facultad de

Ponente 3. Actividades deportivas y saludables UGR. D^a. Marta Lozano García (Coordinadora Secretariado Campus Saludable).



Ponente 4. Metales pesados en nuestra dieta. D^a. Cristina Sánchez González
(Profesora Titular del Departamento de Fisiología de la Facultad de Farmacia)

17,45-18,15: descanso

18,15-20h **Taller práctico 2. Cocina saludable.** Profesor: D. Carlos García Torres
(Graduado en Nutrición Humana y Dietética. Licenciado en Farmacia. Director
del centro sanitario: “La Habitación Saludable” en Granada).

Lugar: Comedor de la Facultad de Farmacia

2) Miércoles 18 marzo

16-17,45h Mesa redonda en Aula Magna

Moderadora: D^a. Ana Isabel del Moral García (Decana de la Facultad de
Farmacia. Catedrática de Universidad del Departamento de Microbiología de la
Facultad de Farmacia).

Ponente 1. Nutrición saludable. D^a. Magdalena López Frías (Catedrática de
Universidad del Departamento de Fisiología de la Facultad de Farmacia)

Ponente 2. Azúcares en la alimentación. D. Rafael Urrialde (Director de Salud y
Nutrición de Coca-Cola Iberia).

Ponente 3. Dietas sin gluten y sin lactosa. D^a. Teresa Nestares Pleguezuelo
(Profesora Titular del Departamento de Fisiología de la Facultad de Farmacia).

17,45-18,15: descanso

18,15-20h **Taller práctico 3. ¡Conoce tu composición corporal!**

Lugar: Pasillo primera planta de la Facultad de Farmacia (“M-30”)



3) Miércoles 25 marzo

16-17,45h Mesa redonda en Aula Magna

Moderadora: D^a. Teresa Nestares Pleguezuelo (Profesora Titular del Departamento de Fisiología de la Facultad de Farmacia)

Ponente 1. Estrategias nutricionales que incrementan el rendimiento deportivo. D. Eduardo Jesús Guerra Hernández (Catedrático de Universidad del Departamento de Nutrición y Bromatología de la Facultad de Farmacia)

Ponente 2. ¿Cómo lo hago?: Claves para cambiar el estilo de vida. D^a. Débora Godoy Izquierdo (Profesora Titular del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico)

Ponente 3. Nutrición y cáncer. D^a. Maria José Sánchez Pérez. (Directora del Registro de Cáncer de Granada y profesora de la Escuela Andaluza de Salud Pública)

17,45-18,15: Descanso

18,15-20h **Taller práctico 1. Estrategias para ser físicamente más activo.** D^a. Virginia Aparicio García-Molina (Profesora Titular del Departamento de Fisiología de la Facultad de Farmacia). Lugar: Aparcamiento exterior de la Facultad de Farmacia, junto al Aula Magna.